



# QI GONG

## NEI DAN YANG SHENG SHU

(art de nourrir la vie par le cinabre interne)  
Taiji Qi Gong de la tradition taoïste de Wudang

Animé par  
**JOSÉ DIAZ**

**SAMEDI 30 MAI 2026 DE 14 H a 17 H**



**GYMNASE COLLÈGE LAMARTINE CREMIEU**  
**Rue des Martyrs de la Résistance**

***Renseignements et inscriptions :  
Jean : 06.15. 35. 03. 18***

***20 € pour les extérieurs  
Gratuit pour nos adhérents***